

Caring



المفاهيم الفرعية المغطاة: الرحمة ، الامتنان ، التعاطف ، اللطف

تعلم دروس اللطف في الفصل الدراسي مهارات اللطف من خلال إطار عمل تدريجي للإلهام والتمكين والتصرف والتفكير والمشاركة. يبدأ كل درس بخطوة "مشاركة" لتعزيز التعلم من الدروس السابقة. قطعة "الفعل" منسوجة في الدروس ولكنها تحدث بالفعل في المشاريع.

هذه هي الوحدة الثانية التابعة للطف في الفصل المقرر. إنه يبنى على أساس الاحترام المقدم في الوحدة الأولى ، مع زيادة التركيز على كيفية التعمق وتطبيق هذا الاحترام من خلال الرعاية ومفاهيمها الفرعية. يستمر الطلاب في إيجاد توازن بين النمو واحتضان اللطف. شجع الأهمية المستمرة للرعاية الذاتية باعتبارها حجرًا أساسيًا في عملية توسيع نطاق رعايتك وتعاطفك. وتعاطفك مع الآخرين.

هدف الوحدة

الطلاب سوف:

- استخدم أدوات وأساليب الرعاية الذاتية لزيادة الشعور بتقدير الذات.
- توسيع مهاراتهم في التعاطف والتعاطف مع الأشخاص الذين يعرفونهم شخصيًا والآخرين داخل مجتمعهم.
- مارس كل من إعطاء الامتنان وتلقيه من خلال أساس اللطف.

مقدمة الطالب

رعاية - المفهوم ليس شيئًا جديدًا بالنسبة لك في هذه المرحلة من حياتك. لقد كنت تعتني بنفسك (وربما للآخرين) في بعض القدرات لسنوات. ومع ذلك ، فإن الرعاية الحقيقية تحتضن روح اللطف من خلال الامتنان والرحمة والتعاطف. ستركز هذه الوحدة على توسيع آفاقك ضمن هذا المفهوم. كيف تظهر لك الرعاية؟ كيف يبدو ذلك؟ بدا مثل؟ يشعر وكأنه؟ كيف ترد عندما يظهر الآخرون اهتمامهم؟ ينصب تركيزنا خلال هذه الوحدة على ما يلي:

- أهمية الرعاية الذاتية
- الإعراب عن الامتنان
- توسيع التعاطف

دروس الوحدة

دروس مصغرة	مواد الدرس الرئيسية	الأهداف الأسبوعية	عنوان الدرس الرئيسي
<p><u>مجموعة صغيرة</u> - قائمة مراجعة الرعاية الذاتية</p> <p><u>شركاء</u> - الأولويات اليومية</p> <p><u>فردى</u> - تقييم الرعاية الذاتية</p> <p><u>تركيز التكنولوجيا</u> - الحياة الحقيقية مقابل وسائل الإعلام</p>	<p>نشرة الفئات المتفرقة <input type="checkbox"/></p> <p>(لكل مجموعة 1)</p> <p>أقلام رصاص <input type="checkbox"/></p>	<ul style="list-style-type: none"> • اكتشف كيف يظهرون حاليًا الرعاية الذاتية من الناحيتين الجسدية والعقلية • ضع هدفًا شخصيًا لزيادة الرعاية الذاتية كجزء من روتينهم اليومي 	<p>الدرس 1</p> <p>فئات متناثرة من الرعاية الذاتية</p>
<p><u>مجموعة صغيرة</u> - يلعب دور الامتنان</p> <p><u>شركاء</u> - جلسة شكر</p> <p><u>فردى</u> - الامتنان فكاهي</p> <p><u>إتركيز التكنولوجيا</u> - التكنولوجيا للفوز</p>	<p>بطاقات الفهرسة <input type="checkbox"/></p> <p>أقلام رصاص <input type="checkbox"/></p>	<ul style="list-style-type: none"> • اكتشف كيف يبدون امتنانهم حاليًا ما لديهم ومن حولهم • توسيع قدرتهم على تقديم الامتنان غير المرغوب فيه 	<p>الدرس 2</p> <p>امتنان بسيط</p>
<p><u>مجموعة صغيرة</u> - النضالات المشتركة</p> <p><u>شركاء</u> - أرضية مشتركة</p> <p><u>فردى</u> - مرحبا بك في البيت</p> <p><u>تركيز التكنولوجيا</u> - وعى ممتد</p>	<p>لا توجد مواد <input type="checkbox"/></p> <p>مطلوب لهذا الدرس</p>	<ul style="list-style-type: none"> • اكتشف الفرق بين التعاطف والتعاطف • تطوير فهم التعاطف كما ينطبق عليهم شخصيًا • مارس التعاطف في مجموعة متنوعة من السيناريوهات خلال روتينهم اليومي 	<p>الدرس 3</p> <p>اختر التعاطف الخاص بك</p>
<p><u>مجموعة صغيرة</u> - الرحمة في العمل</p> <p><u>شركاء</u> - الرحمة المستمرة</p> <p><u>فردى</u> - تقاسم الرحمة</p> <p><u>تركيز التكنولوجيا</u> - تطبيقات الرحمة</p>	<p>لا توجد مواد <input type="checkbox"/></p> <p>مطلوب لهذا الدرس</p>	<ul style="list-style-type: none"> • استخدم التعاطف كأداة تحفيزية لزيادة التعاطف في حياتك اليومية • مارس التعاطف على الصعيدين المحلي والوطني 	<p>الدرس 4</p> <p>تحدي التراحم</p>

مشروع الوحدة

عنوان المشروع	ملخص المشروع	المواد المطلوبة
رعاية مدرستا	سيعمل الفصل على تخطيط وتنفيذ مشروع خدمي لإفادة مدرستهم.	<input type="checkbox"/> نشرات مجموعة العمل (انظر الدرس) <input type="checkbox"/> حاسوب <input type="checkbox"/> لوازم الفن الأساسية <input type="checkbox"/> تختلف المواد الأخرى حسب المشروع المختار